

L'approccio dialogico nell'aver cura del "Connecetedness"

*Quando tutto questo sarà finito,
voglio vivere in un mondo diverso
dove posso essere ascoltato.*

*Frase scritta su una parete
a Londra citata da Elif Shafak*

L'approccio dialogico nel tempo della pandemia

Evocare l'esperienza dialogica in Emilia apre a una dimensione del tempo che ha a che fare con un prima e un dopo del *lockdown*.

I mesi del *lockdown* hanno ridisegnato i nostri corpi vivi nell'interdipendenza con ciò che ci circonda come essere vulnerabili. Sentirsi protetti non è più una questione di pareti, muri, sistemi sanitari, vaccini ma di sentirsi esposti all'altro nella speranza di trovare un ascolto, un aiuto nel dare senso alla dialettica fra la vita e la morte e all'incertezza che la accompagna.

Lo *smart working* e la didattica a distanza mettono in primo piano la necessità umana di essere presenti negli incontri; il poter vivere nelle quotidiane storie narrate e mantenere un dialogo con noi stessi per orientare le azioni nei contesti situati. Grazie all'alterità incontrata possiamo accogliere le contraddizioni umane così come le incongruenze sociali del nostro tempo come spinte vitali. Nell'esperienza dialogica a Scandiano abbiamo messo a confronto il dialogo e la democrazia mettendo al centro la legittimazione della diversità. Oggi la diversità evoca il concetto di Immunità di R. Esposito; il corpo capace di riconoscere la diversità nell'essere frontiera aperta alle connessioni. R. Esposito mette in relazione la vita e la politica; la biopolitica, sperimentata nel corpo. Il corpo vivo è centrale nell'approccio dialogico di rete; entrambi gli autori J. Seikkula e T.E. Arnkil riprendono le parole di M. Bakhtin: *"La vita intera è un dialogo a cui l'essere umano partecipa con l'interezza della propria vita: con gli occhi, le labbra, le mani, lo spirito, con l'intero corpo, con le azioni e le intenzioni.* I. Markova definisce il dialogo come *la capacità socio-psicologica di lasciarsi coinvolgere a pensare insieme nell'incontro con l'altro.* Nel tempo della pandemia l'incontro con l'altro apre allo sconosciuto del virus non visibile e anziché adeguare la protezione all'effettivo livello di rischio si tende ad adeguare la percezione del rischio spesso amplificato dalla paura al crescente bisogno di protezione facendo così della stessa protezione uno dei maggiori rischi nella spasmodica ricerca di una certezza assoluta che preservi dal contagio. La paura e il male sono intrecciati come i gemelli siamesi scrive Z. Bauman, sono due modi per chiamare una stessa esperienza; il male indica ciò che si vede e la paura ciò che si avverte dentro di sé. Z. Bauman sostiene che la paura ci fa talora presagire il male, anche quando non c'è. In questo tempo del timore dell'altro e di sé come fonti di contagio sembra acuta la domanda dei confini chiari fra salute e malattia, paura e male per ripristinare un controllo nel costruire muri di varia natura affinché si possa porre fine "una volta per tutti" all'incubo del contagio.

La paura fa vedere il male negli altri nel tentativo di ripristinare il controllo esasperando le polarizzazioni presenti nella società. Dimentichiamo in questo modo l'essenza stessa della vita nel suo essere dialogo continuo e del sistema immunitario come lo strumento di trasformazione vitale nella continua modificazione del corpo per la nostra sopravvivenza. La paura porta a non dare importanza al male che siamo noi a fare quando non ci apriamo al dialogo capace in primis di contenere le paure. L'alterità per Esposito necessita di un sistema autoimmunitario come nella gravidanza che grazie all'eterogeneità genetica del feto favorisce l'accettazione da parte del sistema immunitario della donna dell'estraneo. Un

feto somigliante nella genetica alla donna metterebbe a rischio di rigetto, ed è solo grazie alla differenza che la donna può incorporare il feto nella sua cassa di risonanza interna. Il diaframma permette alla differenza di coinvolgerla e attraversarla, i suoi confini non lo bloccano in un mondo chiuso, ma costituisce il margine delicato e spesso problematico ma sempre permeabile nel suo rapporto con ciò che è esterno che fin dall'inizio la attraversa e la altera. In quel corpo si "combatte a vita" scrive Esposito; l'interno si incrocia con l'esterno, il proprio con l'estraneo, l'immune con il comune ed è forse questa la sfida che cogliamo nelle voci degli operatori nella pandemia che come la gravidanza ha in sé un tempo altro e dell'alterità.

Descrivendo gli ultimi incontri con gli operatori nel post *lockdown* per fare memoria dell'approccio dialogico possiamo già ora condividere alcune dimensioni che sono diventati parte di una sorta di sistema auto-immunitario generativo nell'aver permesso anche nella situazione emergenziale di:

- Percepire una base sicura
- Avere cura di sé
- Mantenere l'ascolto responsivo e responsabile
- Portare il fuoco della speranza

Percepire una base sicura

Gli operatori in più contesti riportano come se nel tempo si fosse creato una sorta di **base sicura interiore** grazie alla modalità dialogica appresa; *"potevo proporre una formazione dialogica agli insegnanti della scuola perché vi sentivo presenti in me"*, *"sentivo la vostra presenza rassicurante che mi permetteva di ascoltarmi. Si attivava uno spazio in cui sentirmi, pensarmi e orientarmi"*. La possibilità di andare verso l'altro con fiducia richiama un'anticipazione positiva dell'incontro nel tollerare l'incertezza che ogni autentico incontro comporta. L'approccio dialogico accresce la disponibilità di lasciarsi sorprendere in senso positivo dall'altro e da noi stessi grazie a una terzietà inattesa che rafforza la nostra naturale propensione dialogica. (Peticari)

La base sicura è presente inoltre nella metafora citata sui genitori *"per me voi tutor eravate come dei genitori che incoraggiano i figli a sperimentare l'approccio con le proprie gambe"* nel rimarcare come il dialogo intesse fin dalla nascita, se non prima, la relazione fra mente e azione. Gli studi sull'interazione dei neonati con i caregivers sono spesso citati da J.Seikkula e T.E Arnkil a conferma di come nell'età adulta attiviamo quella interiorizzazione dialogica già parte del sistema auto-regolativo del bambino; le persone significative diventano *l'altro virtuale* (Braten) presenti nelle nostre interazioni e in grado di orientare le nostre azioni condivise. (Seikkula, Trimble 2005, Seikkula 2011)

Avere cura di sé

Avere cura di sé nei servizi è quanto mai attuale per l'elevato stress percepito durante la pandemia. L'incertezza con le oscillazioni percettive fra smarrimento, disaffezione, fuga, coraggio e intraprendenza necessita di un'accoglienza nella tessitura abituale delle relazioni. Nel dire *"avevo tanto bisogno di questo nutrimento per pensare"* intravediamo come il riconoscere il bisogno degli altri sia un atteggiamento protettivo nelle avversità ma non sempre interpretato nei servizi come una qualità da valorizzare. Molti contesti ritengono il bisogno di confronto come un segno di incompetenza. All'aumentare dello stress subentra inoltre la tentazione monologica di dire agli altri cosa devono fare nel volere ripristinare il controllo della situazione rendendo sempre più difficile salvaguardare quella dimensione riflessiva indispensabile per prendere delle buone decisioni in modo tempestivo. Gli operatori narrano di come aver **conservato questo spazio interiore di ascolto di Sé** sia stato protettivo nel fare delle domande di senso *"ma io, cosa ci faccio qui?"* domanda che invita alla condivisione dando voce al sentimento di impotenza, alla preoccupazione e al senso di smarrimento di quei mesi per domandare insieme ad altri invece di sottrarsi in modo difensivo dalla relazione.

Mantenere l'ascolto responsivo e responsabile nel tempo della paura

I. Markova definisce il dialogo come la capacità sociopsicologica di **lasciarsi coinvolgere a pensare insieme**. **Nei giorni della pandemia lasciarsi toccare** dalle tante voci di malessere e di sofferenza significa aver protetto una **dimensione responsiva** e di **responsabilità** riportando in primo piano l'approccio dialogico come un approccio etico nel **rispetto dell'altro e dell'alterità**. La responsività permette vedersi negli occhi dell'altro appropriandosi di un movimento nel potersi per un attimo collocare al di fuori della propria fatica e grazie alla distanza ricollocarsi in una prospettiva più ampia grazie alla rinnovata reciprocità e la capacità di fronteggiare la situazione. (Bakhtin utilizza la parola *otvetnyj* responsivo che richiama la stessa radice *otvestvennyi* responsabile).

Portare il fuoco della speranza

Il tenere vivo l'approccio dialogico nella **testimonianza quotidiana di un proprio modo di essere** anche nelle situazioni di crisi è stata come **portare il fuoco della speranza e a tenerlo acceso** nel nutrire la curiosità degli altri colleghi che chiedevano di partecipare alla formazione in un **futuro**. L'apprendimento dell'approccio era avvenuto secondo gli operatori proprio in questa dimensione del modo di essere in una dimensione incorporata più che nei singoli contenuti. L'approccio dialogico di rete porta, non avendo il dialogo un fine, **una sempre viva tensione verso la socialità** nell'infinita varietà e variabilità delle nostre biografie come in un continuo rinascere ancora di Zambrano. Scopriamo ancora il piacere ontologico della partecipazione descritta da Adriana Cavarero in *Democrazia sorgiva* e un obbligo verso l'altro che precede il diritto di Simone Weil.

L'esperienza di sentirsi connessi

Le esperienze realizzate a Scandiano hanno messo in evidenza una qualità fondamentale di cui aver cura: ***l'esperienza di sentirsi connessi, "del connectedness"***.

Sperimentare l'approccio dialogico come un'esperienza di apprendimento ha messo al centro la necessità non solo di sistematizzare una metodologia nei metodi e nelle tecniche sperimentate ma anche di ritrovare quelle dimensioni ricorrenti che hanno costituito un punto di svolta nelle esperienze realizzate. Ritroviamo nel percorso alcune dimensioni dell'approccio dialogico particolarmente significative di cui gli operatori hanno avuto particolare cura insieme al tutor:

- Riflessività
- Alterità
- Essere presenti
- Immaginazione

Prima di addentrare le dimensioni in modo pragmatico è importante riflettere su come **mai è così difficile spiegare agli altri che cosa significa apprendere l'approccio dialogico**.

Nell'apprendere l'approccio dialogico sperimentiamo molte incertezze nel non acquisire nell'immediato delle tecniche precise da utilizzare.

L'arte dell'apprendimento diviene il saper tollerare di non averle e di riconoscere come progressivamente le risposte alle domande sull'approccio emergano nel dialogo a cui i formatori ci invitano. Possiamo vederci nei loro occhi nel nostro sforzo e questo ci aiuta a decentrarci lasciando spazio a un viraggio verso noi stessi nell'accrescere la nostra auto consapevolezza dialogica. La maggiore familiarità con il nostro modo di essere permette di fare spazio agli altri e ad accrescere la tolleranza dell'incertezza. La nostra frustrazione fa i conti con la seduzione della tecnica nell'aver a lungo percepito il piacere del controllo nella logica

lineare degli interventi. Nell'approccio dialogico siamo chiamati a cercare le risposte in un interregno; nella relazione fra le persone in una cornice che viene co- costruita.

La seduzione della tecnica porta ad assumere uno sguardo scettico anche su di noi stessi nel legittimare un apprendimento poco "visibile" e spesso viene affermato dagli altri che ci ascoltano che non c'è nulla di nuovo "lo facciamo già" ed è solo dopo averlo sperimentato in prima persona che sottolineano di aver compreso la differenza fra il loro modo abituale.

L'origine di questa difficoltà risale alla storia della scienza. Il pedagogista Dewey sottolinea come all'esperienza in sé si sia dato poco valore. A lungo è stata ritenuta inaffidabile perché non misurabile con i canoni della scienza sperimentale data la diversità soggettiva. L'esperienza non essendo confrontabile è stata separata dalla natura così come dalla cultura e ritenuta addirittura minacciosa rispetto ai valori immutabili volti a salvaguardare l'ordine sociale fin dall'antichità. Le dicotomie cartesiane fra mente - corpo, soggetto - oggetto, sensazioni e idee, natura e cultura sono ancora presenti nel nostro modo di conoscere; tendiamo ancora a separare il contenuto curricolare dall'esperienza di apprendimento così come la teoria dalla pratica. Spesso preferiamo affidarci ad istanze ed autorità esterne invece di fidarci della nostra esperienza nell'orientare le nostre azioni. La crescente specializzazione implica un progressivo restringimento dei contesti in cui ci esprimiamo con la difficoltà di comprendere le conseguenze delle nostre azioni. Dewey nella sua filosofia ecologica vede nell'esperienza un processo di continuo cambiamento fra gli organismi e l'ambiente. L'essere umano nell'agire esprime un bisogno intrinseco di influenzare l'ambiente circostante. Dewey sottolinea come la ricerca-azione sia l'atteggiamento che consente di approcciarci alla vita contrastando la frammentazione e la corrosione dell'esperienza che egli attribuisce alla società attuale. *"Se non riusciamo a comprendere come le azioni danno forma alla nostra esperienza, non comprendiamo a quale mondo stiamo dando forma"*. Per Dewey il cambiamento accade nell'inatteso, nel dubbio e nella confusione. Quando all'esperienza diamo uno spazio e tempo per evolvere senza immediate risposte reattive emerge il desiderio che spinge verso gli altri attivando l'immaginazione, la memoria delle esperienze passate, il bagaglio culturale e l'intelligenza collettiva in grado di generare nuovi significati a dei nuovi habitus.

L'apprendimento esperienziale dell'approccio dialogico

L'esperienza dialogica

Tom Erik Arnkil è uno scienziato sociale e *research professor* presso l'Istituto Finlandese per la Sanità e il Welfare di Helsinki, dove è stato responsabile della ricerca e lo sviluppo di metodi e approcci dialogici orientati alla rete nel Servizio pubblico. È stato inoltre professore associato di lavoro sociale presso l'Università di Helsinki. Nel 1992 ha conseguito il Dottorato di ricerca in Politica sociale, con una tesi sulle reti nel lavoro sociale. Nell'articolo del 2019 *"Generare spazi dialogici le sfide da affrontare sia per i dialoghi dal futuro che per il dialoghi aperti così come per le altre pratiche dialogiche"* descrive lo spazio dialogico prendendo spunto da Ba, uno spazio giapponese che è **nel contempo fisico, temporale e sociale, mentale e discorsivo** delineando delle caratteristiche per ciascuna delle dimensioni.

Kai Alhanen dottore in teologia, filosofo, docente e supervisore ad Aretai e dirigente di Dialogi Akatemia mette in evidenza la poca attenzione data alle capacità *capabilities* dialogiche volti a superare la frammentazione dell'esperienza legata al nostro modo di vivere per giungere all'esperienza piena di Dewey. Alhanen prende in esame diverse capacità come: **il sintonizzarsi, l'immaginare, il riflettere e ponderare, giocare e credere** in relazione alla democrazia.

William Isaacs fondatore e CEO di dialogos, una società di consulenza per il dialogo strategico e lo sviluppo della leadership con trentennale esperienza nei diversi contesti. È noto come una delle principali autorità sul dialogo ed è autore di *Dialogue and the Art of Thinking Together* (Doubleday, 1999) tradotto in molte lingue. Egli mette al centro **le dimensioni dell'ascolto, del rispetto dell'altro, della sospensione, dell'espressione nella dimensione comunicativa.**

Davide Bohm, un fisico quantistico, sottolinea la presenza di un divario fra la propriocezione del pensiero e del corpo che può essere colmato nel ricorrere al pensiero partecipativo rimasto in ombra del pensiero

scientifico che è orientato al risultato e all'oggettività. **Il pensiero partecipativo** ha confini permeabili, gli oggetti sono in una relazione di interdipendenza e il mondo viene percepito con un'essenza vitale.

Jaakko Seikkula Psicologo e terapeuta familiare, professore di psicoterapia all'Università di Jyväskylä, autore di oltre cinquanta pubblicazioni a livello internazionale, è da sempre interessato allo sviluppo di pratiche basate sul lavoro con la famiglia e la rete sociale nella sua ricerca ha individuato sette elementi cruciali che rendono efficace l'approccio anche come un sistema di trattamento nelle crisi psichiche e psicotiche: **aiuto immediato, prospettiva di rete sociale, flessibilità e mobilità, responsabilità, continuità psicologica, tolleranza dell'incertezza, dialogo e polifonia.**

J.Seikkula, D. Zidonis professore e psichiatra , Mary Olson PhD è fondatrice e direttrice dell'Institute for Dialogic Practice. È professore di psichiatria presso la Yale University School of Medicine; uno studiosa senior Fulbright in psicologia clinica; e un membro dell'American Academy of Family Therapy. Ha anche servito per molti anni presso la facoltà di insegnamento della Smith College School for Social Work.

Insieme hanno individuati gli elementi chiave del dialogo aperto come: **la presenza di due (o più) terapeuti nella riunione di équipe, partecipazione di familiari e rete sociale, usare domande a risposta aperta, rispondere alle cose dette dal cliente, enfatizzare il momento presente, sollecitare punti di vista molteplici, uso di un focus relazionale nel dialogo, rispondere ai problemi dialogici e comportamentali con uno stile concreto e attento ai significati, enfatizzare le parole usate dal cliente e le sue storie, non i sintomi, conversazione tra professionisti (Riflessioni) nelle riunioni di cura, essere trasparenti, tollerare l'incertezza.**

D. Zidonis ha inoltre messo in evidenza dei criteri per le organizzazioni che sostengono il dialogo aperto: 1.Approccio centrato sulla rete del paziente e del suo supporto, 2.Rispetto, autenticità e collaborazione (supporto e valori della leadership)3. I team clinici che si incontrano regolarmente con la rete di pazienti / famiglia / supporto in riunioni collaborative per prendere decisioni importanti4. Il personale è ben formato nella comunicazione rispettosa, nella pratica dialogica e nel coinvolgimento della famiglia / rete 5. Creare un ambiente accogliente con particolare attenzione all'esperienza del cliente 6. Fornire e collegare servizi in contesti clinici e comunitari 7. Metti in pratica i 12 elementi chiave della pratica dialogica, inclusa la tolleranza all'incertezza e la promozione del dialogo 8. Fornire supporto immediato e accesso ai servizi necessari 9. Processo decisionale condiviso 10. Usa il dialogo aperto come un modo consapevole di essere

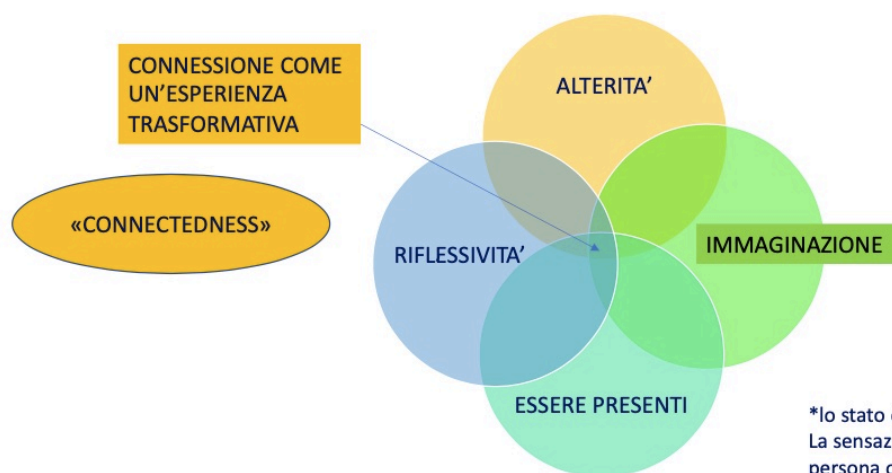
Il “*connectedness*”

La connessione interpersonale scrive la filosofa Sara Heinamaa nell'introduzione del seminario The sense of connection - Interdisciplinary perspectives on human interaction – 2016 Università di Helsinki- può riferirsi a un'esperienza di sintonizzazione, allineamento o coincidenza cognitiva, ideologica o emotiva - a un'esperienza di esserci, invece di due o più individui, un "noi". D'altra parte, la connessione interpersonale può anche riferirsi a questioni non esperienziali. Recenti studi empirici hanno dimostrato che, gli incontri interpersonali in particolari circostanze danno luogo a una multiforme "sincronizzazione" nei processi fisiologici e neurologici empiricamente osservabili dei partecipanti: i gesti, i movimenti e la prosodia percepibili delle persone in interazione tendono a diventare ritmicamente allineate, così come le risposte del sistema nervoso autonomo dei partecipanti tendenzialmente tendono verso uno schema comune grazie ai neuroni specchio.

Il sentirsi connessi “*connectedness*” potrebbe rappresentare un indicatore esperienziale di come le diverse dimensioni dialogiche individuate come rilevanti nelle esperienze degli operatori debbano essere attraversate in modo sinergico nello spazio e nel tempo affinché le persone possano giungere attraverso il dialogo a una più ricca comprensione rispetto alle conseguenze delle proprie azioni e quindi prendere delle buone decisioni, decostruire e riconfigurare un nuovo modo di comunicare; ascoltarsi e ascoltare e pensare insieme. Le dimensioni se mancassero anche in una, non permetterebbero quella esperienza intera descritta da Dewey necessaria a cogliere un piano etico e morale. Molte ricerche dimostrano come l'approccio dialogico faciliti la cooperazione fra le persone: si accorgono di non essere soli, di poter chiedere aiuto senza essere giudicati e di ottenere risultati migliori in termini di benessere in breve tempo.

In ogni incontro dobbiamo accrescere la nostra consapevolezza della sinergia delle dimensioni e considerare come il tralasciarne alcuni impatta sulla *Connectedness*.

AVERE CURA DEL FARE ESPERIENZA DEL «CONNECTEDNESS» * COME UN'ESPERIENZA TRASFORMATIVA



*lo stato di essere unito o collegato.
La sensazione di appartenenza o affinità con una persona o un gruppo particolari.
Si tratta di partnership, fiducia e connessione

Riflessività

La riflessività nell'approccio dialogico emerge progressivamente nell'uso dei turni di parola sia in una dimensione individuale che di gruppo. I turni di parola danno un ritmo all'ascolto che permette di accrescere l'attenzione dei partecipanti. L'alternanza crea inoltre una struttura all'incontro che contribuisce al senso di sicurezza dei partecipanti. Lasciando un tempo per l'ascolto di ciascuno libera dalla fretta di dire e dovendo attendere il proprio turno le persone ascoltano sé stessi in relazione a ciò che gli altri dicono. L'argomento diventa sempre più ricco di punti di vista e si tralascia la logica del giusto e sbagliato nella curiosità dell'altro e della tematica. La riflessione non segue un'agenda prefissata rispetto a un mandato nel giungere a una visione univoca, i punti di vista si stimolano reciprocamente in un clima di non giudizio come in *un pensare ad alta voce* su una tematica che può ampliarsi in modo libero. L'ascolto degli altri in un tempo dedicato dà spazio all'emotività di manifestarsi nel lasciarsi toccare non solo dal dire ma dal dirsi che attiva la dimensione affettiva che dall'empatia passa all'exotopia (Bakhtin) in quanto si scopre che l'altro è sempre di più di quello che si poteva immaginare. L'attesa del proprio turno dilata il tempo in cui ponderare i punti di vista degli altri con il proprio, si diviene attenti alle proprie emozioni, sensazioni e immagini e associazioni osservando come nella relazionalità i propri punti di vista si trasformano e come progressivamente nasce una nuova più ricca e profonda comprensione. A volte è frustrante rimanere in silenzio, si deve mordere la lingua, si vorrebbe già dire ma grazie alla frustrazione diveniamo consapevoli della ricchezza del dialogo interiore come premessa per ascoltare gli altri. Nella formazione ci si chiedeva "ma quanto tempo devo ascoltare? – fino a quando ha finito." Per Tom Andersen lo psichiatra norvegese il processo riflessivo è un circolo ermeneutico; le diverse idee possono trasformare il senso originario delle questioni, modificando le assunzioni di base, attraverso "le differenze che fanno la differenza" (Bateson). La trasformazione di ciascuno nel mentre dell'incontro cambia la qualità dell'ascolto; si diventa umili e speculativi nel portare il proprio punto di vista in un autentico interesse di ciò che diranno gli altri; *si ascolta parlando*. Il lasciarsi coinvolgere a pensare insieme si intensifica inoltre nell'ascolto anche delle persone assenti fisicamente, ma legati a noi nei nostri diversi ruoli (figlia, madre, sorella, infermiera, cugina) nelle voci che si attivano nel dialogo interiore nel lasciarci coinvolgere emotivamente ascoltando gli altri; a volte stiamo rispondendo alle affermazioni che precedono l'incontro o stiamo indirizzando le nostre risposte agli assenti nel mentre parliamo con i presenti. Le voci verticali delle organizzazioni con le aspettative di performance e i conflitti incorso così come le voci di come si deve essere e le voci del nostro

bagaglio culturale come le tradizioni sono altrettanto presenti e possono di volta in volta diventare dominanti. In un contesto formativo i colleghi narravano come le conflittualità fra i colleghi erano talmente opprimenti che l'unico esito dell'incontro era il rigetto di chi aveva bisogno di loro. Le persone quando si aprono all'ascolto si sorprendono spesso di sé e degli altri nella riflessività; l'altro è di più di quello che si pensava. La sorpresa apre all'immaginazione dialogica (Bakhtin); l'altro porta continuamente ricordi, la sua capacità di immaginare, le sue interpretazioni uniche sia della sua persona che del momento. La parola è come la punta dell'iceberg che emerge da questo fluire ma essendo incorporato veicola il resto che siamo in grado di percepire nonostante sia sotto la superficie in un linguaggio condiviso e nella dimensione ne-ne (T.Andersen) come quando entrambi sentiamo che qualcosa è accaduto anche se non lo nominiamo. La riflessività nell'alternarsi dei turni di parola sia nel piccolo cerchio nel dialogo aperto che nei dialoghi del futuro attiva questo principio riflessivo. Nel disporre le persone in gruppi interni ed esterni rende la riflessione sempre più profonda e come se si staccasse dall'insieme l'essenziale. Tom Andersen descrive il processo riflessivo come rispettoso nel consentire ai partecipanti di cogliere ciò che per loro è importante dal dialogo quando i professionisti/partecipanti si confrontano davanti a loro. Si invitano i partecipanti a parlare in prima persona, senza giudicare e a non interpretare ma di porre attenzione alle parole dette anche ripetendole; *si ascolta ciò che si dice e non che cosa si intende*. La dimensione riflessiva combina il "cosa dice" e il "come lo dice" che emerge progressivamente nell'alternarsi dei diversi punti di vista in cui diversi modi di comprendere divengono evidenti. Questa varietà e variabilità apre all'esplorazione di diversi "stati mentali" in cui ciascuno ritrova nel dialogo interiore l'immagine di sé e degli altri come orientati da un insieme di credenze, sentimenti e intenzioni in un processo di *mentalizzazione* (Fonagy). Diviene possibile cogliere le questioni in una dimensione di interezza in cui le intenzioni, azioni e le conseguenze delle proprie azioni sono intessuti in anticipazioni generativi di fiducia e interiorizzati *come format* condivisi; come delle strutturazioni meta cognitive che garantiscono la continuità e integrazione dei contenuti e permettono la transitività delle modalità ad altri contesti.(Bruner)W.Isaacs descrive la riflessività come la terza fase del processo dialogico in cui nella prima fase le persone inizialmente esprimono la propria opinione in modo monologico senza aspettare uno scambio rimanendo in una cornice di gentilezza a volte con il timore degli altri nel desiderio di "mantenere la faccia" (E.Goffmann) per approdare alla seconda fase in cui alcuni punti di vista creano un confronto acceso e le persone si spostano nel colludere uno con l'altro o nel confliggere "come le palle del biliardo" (Isaacs) Le persone sono maggiormente preoccupate a sostenere i propri punti di vista senza metterli in gioco e quando frustrati dal clima relazionale fanno ritorno alla prima fase della gentilezza, delusi dell'incontro che non ha corrisposto alle aspettative assumendo una posizione cinica. La quarta fase riflessiva richiede un salto, cambia il clima e le persone non sostengono più solo le loro posizioni per il gruppo ma arricchiscono la posizione di una dimensione personale di come loro vedono le questioni, parlano in prima persona nutrendo la curiosità degli altri. Si accorgono che il loro interesse va oltre le mere risposte del momento, e incomincia ad emergere una più grande visione che mai avrebbero potuto immaginare prima, quello che ciascuno pensava prima dell'incontro non vale più, è cambiato al meglio, i pregiudizi diventano espliciti. Le tensioni della seconda fase servivano per tenerci distanti dalla profondità, dal silenzio in cui saremmo toccati nella nostra vulnerabilità. Arrivati alla fase più rara del dialogo generativo dove le nuove opportunità nascono è caratterizzata da un'esperienza di flow- un fluire collettivo in cui la sincronizzazione fra i partecipanti diventa un'orchestra, una persona inizia una frase, l'altro lo continua. Una persona esprime dei dubbi e gli altri illuminano le domande con metafore, al centro non è la reazione all'esperienza che l'altro condivide ma la connessione di cosa sta accadendo nella situazione relazionale, in relazione a sé stessi. Le persone diventano maggiormente consapevoli e comprensivi verso le espressioni degli altri in relazione ai propri limiti. Isaacs ricorda che una nuova visione con nuovi significati può emergere nella contemporaneità delle diverse prospettive e invita a farle emergere.

A Scandiano gli operatori descrivono il processo in un modo simile: prima affrontano l'incertezza dedicando del tempo al riscaldamento con diverse attivazioni, successivamente nella reciproca sintonizzazione colgono dei piccoli segni di sorpresa che emozionano e attivano un ascolto responsivo per concludere con un sentimento positivo di *"connectedness"*.

INDICATORI

Azioni e Conseguenze

Essere in almeno due formatori o terapeuti
La presenza di due formatori in dialogo è come essere già parte di una coreografia dialogica con un invito aperto alla partecipazione. Si sperimenta il ritmo, la diversità degli stili comunicativi nelle espressioni verbali, para-verbali e non verbali. E' altamente formativo apprendere per osservazione di come gli altri ascoltano e pensano ad alta voce.
Utilizzare delle domande aperte e pensare alle affermazioni delle persone come a delle ipotesi
Le domande aperte creano un'atmosfera aperta e collaborativa. Concepire il pensiero dell'altro come un'ipotesi evita un giudizio affrettato e porta a fare una seconda domanda per capire meglio facendo sentire che l'altro è preso sul serio ampliando inoltre le opportunità di avviare e mantenere il dialogo.
Non avere un'agenda prefissato e nemmeno uno nascosto "il meglio deve ancora arrivare" (Seikkula)
Permette di affrontare l'incertezza in modo aperto facendo sentire che si ha bisogno dei partecipanti nell'incontro. Avere solo un canovaccio flessibile di come è strutturato l'incontro, permette ai saperi di emergere a partire dai presenti. Nella co costruzione viene valorizzata l'esperienza stessa che accresce l'empowerment e la fiducia grazie alla partecipazione.
Stare due passi indietro trattenendo le proprie voci esperte: utilizzare la formula "io penso... lo sento... lasciando le affermazioni in senso generale "di chi sa già e chi spiega agli altri come stanno le questioni"
Da il potere ai partecipanti, libera il pensare di tutti senza accentrare, orientare e manipolare il contributo dei partecipanti secondo una cornice pre-configurata. Apre alla dimensione di ricerca-azione e alla co-costruzione, alimenta la curiosità e l'immaginazione dialogica nell'accorgersi che l'altro è sempre più di quello che si poteva immaginare. Tralascia le logiche del giusto/sbagliato e permette di accrescere la tolleranza dell'incertezza.
Aver cura del senso di sicurezza strutturando l'incontro in turni di parola per assicurare che ciascuno venga ascoltato e non rimanga senza risposta:
A volte dando minuti precisi a ciascuno oppure facendo le stesse domande a ciascuno: "quale la storia di questo incontro" oppure domandando " come volete utilizzare questo incontro". Da un senso di riconoscimento, sicurezza, rispetto, parità.
Stimolare punti di vista diversi senza il timore che creino confusione
La diversità negli incontri è la premessa per arricchire e approfondire la comprensione. In Finlandia pare si dica <i>"quando non comprendi qualcosa, invita più persone in un dialogo"</i> La diversità accresce l'esplorazione dei contenuti in un fluire fra i dialoghi interiori ed esterni nella comunità di voci (Haarakangas). Permettono a un pensiero collettivo di emergere.
Tollerare il silenzio senza intervenire
Il silenzio connota spesso l'inizio dell'ascolto di Sè e del pensare. Molti sentimenti difficili diventano parola nel silenzio. Permette la continuità del pensare insieme.
Aprirsi all'inatteso nell'attesa del proprio turno

Nell'attesa lasciamo spazio all'altro e all'alterità in noi. Accorgersi che l'altro è sempre di più di quello che si poteva immaginare è un allenamento a cogliere la soggettività come indeterminabile e imprevedibile anche nella capacità di offesa così come nella decisione.
Il soggetto come descrive Peticari è un complesso non banale di energia buona e perfidia.

Permettere alle emozioni di emergere

Attiva il dialogo interiore e alle emozioni non dette di diventare parola.

Aver cura del setting nei diversi contesti

Stare in cerchio permette un contatto oculare con i membri, crea uno spazio intimo e sicuro in stimolando l'ascolto di tutti.

Fare affermazioni sia rispetto al contenuto (cosa) che al sentire (come) nel presente

Permette di esplorare sia il contenuto "che cosa" che "il modo" nella dimensione dialogica.

Dare parola al proprio dialogo interiore esplicitando le sensazioni e percezioni del proprio corpo

il collegare la mente con il corpo espande la responsività dell'ascolto ed è confermate dell'altro nell'attenzione e nell'interesse autentico.

Tollerare l'esposizione di sé e della propria vulnerabilità

Aiuta gli altri ad aprirsi e a trovare il proprio livello di coinvolgimento evitando posizioni difensive.
Comunicare in modo coerente il verbale e non verbale.

Parlare in modo personale e scegliere il livello provato delle esperienze personali

La breve narrazione in prima persona di un fatto personale permette di cogliere l'altro nella sua umanità e di normalizzare le esperienze di vita così come cogliere l'interesse profondo autentico dell'altro. Nel dialogo utilizzando la prima persona permette un'espressione personale ma non necessariamente privata.

Offrire un punto di vista diverso

Con la giusta non eccessiva distanza rispetto a ciò che si sta condividendo per facilitare l'ascolto

Normalizzare accaduti che potrebbero essere classificati come patologici

Nel considerare il comportamento ritenuto problematico come sensato diviene parte della narrazione dialogica come una reazione naturale a una situazione difficile

Stare in una co-evoluzione

Del si - si (win-win) evitando il o-o di chi perde, in questo modo si apre lo spazio al *ne - ne* a ciò che non esprimiamo in parola ma di cui siamo tutti consapevoli, una logica che nutre la coevoluzione nel pensare insieme e la reciprocità.

In quali pratiche concrete:

- **Dialogo aperto:** gruppo riflessivo
- **Fra gli operatori tutor formatori facilitatori in presenza del gruppo**
- **Nel dialogo del futuro:** turno di parola, scrittura e dialoghi fra i facilitatori
- **Nella gestione delle attivazioni:** dare la consegna in un dialogo

- **Cerchi di Andersen** assicurando
- **Opera**

Il rispetto incondizionato dell'Alterità

Tom Arnkil e Jaakko Seikkula nel cercare gli elementi chiave “*core elements*” dell’approccio dialogico evidenziano due aspetti; il rispetto incondizionato dell’alterità e l’essere presente nel qui ed ora. Markova afferma l’irriducibilità dell’unità ontologica Ego-Alter così come quella epistemica Ego – Alter – Object e l’immediatezza della dimensione etica.

Ma chi è l’Altro?

La scoperta che nell’incontro con l’altro la parola potesse essere una risposta ad altri assenti ma presenti nella dimensione personale ad esempio nel tono della voce così come il sentire nel linguaggio non verbale un pregiudizio apre a un mondo ricchissimo di sfumature a cui solo poco abbiamo accesso negli incontri e allo stesso tempo apre al mistero dell’altro e degli incontri nella continua opportunità di divenire nel dialogo. Basta pensare che in pochi secondi siamo in grado di cogliere un’immensa quantità di segnali non verbali.

Linell, lo studioso svedese del linguaggio delinea due prospettive nell’orientamento all’Altro: l’intersoggettività e l’alterità. **La prospettiva dell’intersoggettività nell’approccio dialogico** accentua la ricerca di un consenso nel sintonizzarsi (*attune*) sulle modalità dell’altro prospettiva cara a Buber, mentre la prospettiva dell’**alterità** apre alle differenze e alla moltitudine dei significati che emergono in un continuo divenire nella prospettiva vicina al pensiero di Levinas e Rosenzweig.

Bakhtin vede l’alterità nella dimensione di estraneità che apre alla coesistenza di diversi pareri, per lui i disaccordi e le incomprensioni sono fonti di tensione che nutrono il dialogo. Herman 2002 descrive un Sé dialogico nell’includere delle diverse *io-posizioni* che abitano la mente che sono stati interiorizzate nelle esperienze sociali. Bakhtin descrive la co-presenza di voci differenti nella biografia di ciascuno paragonandola a un romanzo polifonico. Entrambi sottolineano la responsabilità morale degli individui riferendosi soprattutto al pensiero di Levinas e negano l’esistenza di soggetti autonomi e socio-culturalmente indipendenti. La mente nell’approccio dialogico incorpora le dimensioni sociali e culturali così come incarna nel corpo il linguaggio e le voci che spaziano fra le dimensioni fisiche, le qualità personali, i punti di vista e le prospettive sulle tematiche. Linell pone grande attenzione al corpo vivo nelle caratteristiche della voce; la qualità, l’autenticità e la sua funzione di mediazione nell’accompagnarci fuori dal nostro corpo, ricordando che esistono delle situazioni in cui la possiamo perdere. Levinas a sua volta ha esplorato il volto, gli sguardi in relazione alla responsività e responsabilità. Haarakangas nella sua tesi “*Le voci negli incontri di cura*”1997 descrive il continuo movimento dei partecipanti fra l’ascolto delle voci presenti nel qui ed ora e quelle presenti nel dialogo interiore e l’importanza di sapersi muovere fra queste. La vita per lui è polifonica, lo stare nel contempo in più voci. Egli distingueva due polifonie quelle orizzontali di chi è presente fisicamente e quelle verticali delle esperienze di chi non è presente ma altrettanto rappresentato nell’essere attivati dalle tematiche condivise nell’incontro in questo insieme che chiama la comunità di voci. Le voci anche quelli generalizzabili sono sempre incorporati dalle persone e non sono delle entità astratte. Markova sottolinea come molte persone possono dare voce a una prospettiva così come una persona può avere più prospettive. Il dialogo interiore nella sua polivocalità è una dimensione centrale nell’approccio dialogico e include la polifonia di Bakhtin, il fluire in un continuum delle voci orizzontali e verticali di Haarakangas, le diverse *io-posizioni* di Hermans e si svolge in modo diverso rispetto a quello esteriore ad esempio non si svolge necessariamente per frasi compiute e a volte e come se la indirizzassimo a qualcuno. Quando parliamo con gli altri ascoltiamo e rispondiamo anche a noi stessi. Possiamo avere in corso un dialogo con noi stessi anche nel mentre siamo in una posizione monologica con gli altri. (Markova) Quando contribuiamo al dialogo esterno siamo coinvolti sia nella responsività nostra che degli altri per il cosa detto prima, quello detto ora nel presente e soprattutto anticipiamo le risposte degli altri a ciò che stiamo e abbiamo detto, e l’anticipazione incide sulla dimensione dialogica. Pensiamo nel mentre gli altri parlano e i nostri partner nelle conversazioni possono identificare tracce del nostro dialogo interiore nelle nostre espressioni portandole a una dimensione maggiormente esplicita dandone

parola. Ad esempio l'attenzione emotiva aumenta quando ascoltiamo le riflessioni degli altri su di noi. Bakhtin fa delle distinzioni fra voci autentiche, autorevoli, autoritarie e persuasive; qualità percepibili quando corrispondiamo ad esempio alle aspettative degli altri o quando ci opprimono. La dimensione del corpo vivo è presente nella sincronizzazione, ritmo e sequenze, gesti, suoni, movimenti nello spazio tempo, il nostro toccare in cui siamo sia chi tocca e chi è toccato alla stessa volta (Merleau-Ponty) e nella voce e nell'udito, nella vista. Le dimensioni interiori ed esteriori nel continuum richiedono uno sforzo per essere colti nella pienezza dovuta dalle dicotomie concettuali presenti nel pensiero occidentale ad esempio fra; l'interno e l'esterno, mente – corpo, natura -cultura, teoria-pratica e così via. Jaakko Seikkula esplora la dimensione del corpo vivo nel progetto relational mind in cui attraverso delle misurazioni è possibile intercettare la sincronizzazione neurofisiologica dei partecipanti nell'immediatezza dell'incontro con una funzione terapeutica a prescindere dalle parole scambiate. Egli coglie una traiettoria nei passaggi terapeutici che va dall'approccio sistemico al costruzionismo a quella narrativa e ora *all'affective turn* nella cura delle persone. Ci invita a porre maggiore attenzione alla nostra presenza nella dimensione affettiva, nell'aprirsi al sentire dell'altro sottolineando come questo sia già un modo di stare in dialogo. Sottolinea quindi che non è necessario che l'attivazione affettiva diventi parola e senso, la stessa condivisione in questa dimensione può essere estremamente terapeutica.

Kai Alhanen pone attenzione *all'attuning* descritta come una capacità in parte innata fra reattività e azione volontaria, una sorta di *sensibilità selettiva* nell'essere recettivi lasciandosi influenzare da alcune sensazioni del mondo. Il bambino *nell' attuning* si orienta verso le emozioni dell'altro e apprende questa competenza nelle sue relazioni significative sviluppando insieme all'immaginazione l'empatia. Nel nostro mondo tecnologizzato rischiamo di perdere questa capacità connettiva emozionale preservata nel dialogo. L'intersoggettività implica una relazione etica che per Rosenzweig che per Levinas vive nei volti ancora prima delle parole, e Rosenzweig lo estende all'Altro; a tutti gli altri. La responsività e l'obbligo di essere sensibili verso l'altro è alla base anche del pensiero di Bakhtin. Bakhtin sottolinea la dimensione di fiducia e la responsabilità nella comunicazione e vieta *"il vivere con un alibi"* per fuggire alla responsabilità creando attorno alle proprie azioni delle ambiguità per spiegare il motivo del perché si è stati altrove. L'approccio dialogico di rete vede la persona in questo fluire polifonico nell'interdipendenza che consente di comprendere come il potenziale connettivo sia intessuto nella comunità di voci ad esempio quando il rinforzo più potente all'appartenenza è il rapporto duale in copresenza che mai non è duale essendo in continuo fluire dialogico o il silenzio di una persona che non sa dare parola possa averne nelle parole degli altri.

L'approccio dialogico ha al centro la facilitazione del dialogo fra le persone che a loro volta connettendosi in modo inedito si sentono protagonisti della loro vita. Il professionista ha unicamente questo ruolo di facilitare il dialogo e soprattutto denudarsi dal resto che è l'impegno maggiore nell'apprendere l'approccio.

Indicatori

<p>Allestire un contesto sicuro</p> <p>La preparazione degli incontri è parte della metodologia dei dialoghi anticipatori, così come la cura del <i>setting</i> nel facilitare l'interattività. E' cruciale valutare la scelta del luogo; per molti il poter cambiare contesto ad esempio lasciando il luogo di lavoro è determinante nel sentirsi liberi e presenti nel dialogo e non interrotti nell'incontro da persone che spesso permettono di chiamarli senza tenere conto del loro tempo. Questo vale anche per l'uso del cellulare; in molti incontri le persone sono continuamente distratti dai messaggi o telefonate. Accogliere le persone in un clima sereno e cordiale da l'impronta a tutto l'incontro e incide profondamente sul processo dialogico. Il contesto diviene sicuro inoltre nell'assicurare a tutti un turno di parola in modo che ciascuno si senta ascoltato e possa ascoltare gli altri, bambini compresi.</p>
<p>Essere umili - Rispettare il mondo dell'altro e alterità in sé</p> <p>Preparare l'incontro soffermandosi sulle proprie anticipazioni ad esempio utilizzando il modulo delle preoccupazioni permette di essere più aperti al mondo dell'altro e di orientare l'incontro nella relazionalità che emerge in modo costruttivo. La consapevolezza delle emozioni legate a ricordi</p>

spiacevoli o ai nostri pregiudizi permette di preparare un piano B e di essere meno reattivi nell'incontro. Possiamo inoltre scegliere i modi e momenti che pensiamo maggiormente rispettosi per l'incontro. Immaginando l'altro come più di quello che mai possiamo cogliere vale anche per noi stessi. Quando siamo sollecitati da una situazione difficile è cruciale virare all'ascolto di noi stessi per stare con il nostro sentire e lasciare gli eventuali impulsi di correggere o cambiare l'altro/i, nel diventare invece curiosi di cosa sta succedendo in noi e abbracciare ciò che non sappiamo ancora ritirando l'energia del giudizio in noi per esplorare il suo significato e valutare come eventualmente condividere questa dimensione di fronte agli altri. Diviene cruciale inoltre rispettare la diversità degli stili comunicativi e di apprendimento nell'assicurare che a ciascuno venga data la parola e di non lasciare che nessuno rimanga senza risposta così come fornire diversi contenuti dell'approccio.

Le persone non hanno un elenco pronto e chiaro delle questioni che li riguardano. Nel dialogo diviene possibile ascoltarsi grazie agli altri per approfondire e arricchire il proprio pensiero per prendere delle buone decisioni insieme agli altri. Questa possibilità è correlata al nostro esempio incorporato di un dialogo interiore aperto a noi e nel contempo all'altro. Quando manca questa dimensione manca il rispetto della nostra alterità e non aderiamo in modo sostanziale le iniziative e le proposte.

Interiorizzare il dialogo come una dimensione ontologica

Gli studi sulla prima infanzia descrivono come "nasciamo nel dialogo, ma poi lo dimentichiamo" Il dialogo è come una danza, una reciproca regolazione di stati emotivi nella sintonizzazione in un senso più ampio del linguaggio non verbale.

Trevarthen, Stern, Braten così come Vygotskij e gli autori della sua scuola sono gli autori che ci accompagnano a conoscere la dimensione ontologica del nostro essere dialogo nei loro studi sulla prima infanzia.

Chiedere aiuto all'altro, invitare la persona al dialogo

Pensa di che cosa potresti ringraziare la persona e con quali parole vorresti esprimerlo nel chiedere aiuto per capire meglio. Scrivi e rifletti su che cosa ti preoccupi, questo permette all'altro di sentirsi apprezzata e in ascolto di sé e di esprimere in modo libero il proprio punto di vista in risposta alla tua. Quando chiedo aiuto sono responsabile di me e lo permetto anche agli altri.

Saper ascoltare in modo responsivo "io sento che tu senti che io sento" avendo cura del proprio dialogo interiore.

Fare spazio alla contemporaneità dialogica fra ciò che sento nell'ascolto dell'altro nel mio dialogo interiore anche corporeo e rispondere nel gesto, con la parola, la presenza in modo affettivo e profondo all'altro. Questo modo fa sentire che si è ascoltati e viceversa avvia un ascolto di Sé e degli altri. Essere presi sul serio in modo autentico apre all'ascolto di sé e degli altri. Crea inoltre un clima di validazione e accettazione, di non giudizio e permette di approfondire la comprensione a partire dall'espressione soggettiva tralasciando il bisogno di mantenere una posizione *nel dire* per la curiosità stessa *del dirsi*.

Considerare l'esperienza dialogica come un insegnamento/apprendimento; non si può insegnare se non nell'apprendere dall'altro

Porta a sperimentare l'incertezza dell'approccio dialogico come parte di un atteggiamento di ricerca azione aperte a delle sorprese che sostiene l'atteggiamento di curiosità e il bisogno di ascoltare più che dire.

Comprendere che siamo co-autori delle biografie di ciascuno in una coevoluzione – la parola e meta tua e sua (Voloshinov, Bakhtin)

Il processo dialogico prevede che la risposta determina il significato a ciò che è stato detto trasformandosi in un processo continuo che si estende a un'interezza che prende forma fra le persone. Possiamo rallentare e ascoltare e fidarci del processo.

Considerare la persona come parte della rete delle persone significative

L'invitare nel dialogo le persone significative della rete delle relazioni permette di condividere un'esperienza costruttiva che apre alle numerose possibilità di attivare risorse in sostegno all'iniziativa o al momento di difficoltà. Ascoltare e ascoltarsi è una dimensione sempre meno scontata nella vita quotidiana delle persone. Altrettanto raro è poter invitare come persone significative dei professionisti e questa combinazione permette un modo inedito di pianificare l'aiuto in sostegno a una situazione di vita difficile.

Molte persone negli incontri dialogici si accorgono di dire di sé cose che non hanno mai detto gli uni agli altri.

Aumentare la tolleranza dell'incertezza

Chi è abituata nella propria pratica operativa a delle modalità che perseguono l'esattezza a partire da una cornice predefinita come quella diagnostica, oppure deve svolgere un programma predefinito come gli insegnanti a scuola o ancora rappresenta la dimensione emotiva come un fattore di disturbo sia per la conoscenza che mira all'obiettività o nel timore che fa perdere il controllo può vivere l'approccio dialogico come distante dal proprio modo di essere e percepire un senso di irritazione e smarrimento di cui avere cura.

In molte riunioni sembra che sia più agile e funzionale dare informazioni o aggiornamenti avendo timore di affrontare un livello emotivo che si teme conflittuale o per il quale si necessiterebbe molto tempo. Altrettanto difficile è acquisire la consapevolezza che nel processo dialogico oltre al contenuto è presente il modo ed è grazie alla contemporaneità che passo per passo, nel mentre del pensare insieme si accresce la tolleranza all'incertezza nell'apertura all'alterità nel proprio dialogo interiore.

Aumentare la consapevolezza delle dinamiche di potere

Il potere è sempre presente nelle relazioni ed è necessario interrogarsi continuamente su come viene regolato nelle relazioni. Petteri Autio nel suo dottorato evidenziò quattro discorsi sul potere¹) Il professionista esperto induce la persona a chiedere un parere esperto 2) I rappresentanti di un approccio di cura che contro la volontà della persona vuole perseguire ad esempio la non medicalizzazione 3) La normalità che impone i parametri ritenuti tali del contesto sulla persona 4) Democratico che mette in primo piano i valori occidentali

Accorgersi delle almeno due storie presenti negli incontri

Quella storica narrata e quella nel qui ed ora (Seikkula).

La persona mentre ti parla può rispondere e indirizzare le proprie parole ad altri non presenti pur interloquendo con te.

Usare le parole dell'altro senza interpretarle ripetendole

Le persone nel ri-sentire le proprie parole le ascoltano a volte come se fossero pronunciate per la prima volta. Riascoltando sé stessi addentrano sempre più in profondità il proprio pensiero e possono dare parola ad emozioni che fino ad ora non hanno trovato espressione

Facilitare il dialogo usando domande orientate alla relazione

Le domande circolari (come ti senti quando A dice..) e domande aperte che collocano le azioni nella rete relazioni permettono di vedersi negli occhi degli altri, cogliere le conseguenze delle proprie azioni ad esempio: cosa ti fa piacere dei colleghi quando arrivi al lavoro?

Tornare più volte sulla tematica condivisa o fare la seconda domanda

I punti di vista cambiano nel mentre dell'incontro grazie alla ricca polifonia. Ad esempio chiedendo: *"vuoi aggiungere altro..."*, *"la senti come dicevi prima oppure..."*, *"abbiamo dimenticato qualcosa di importante..."*, *"vi è venuto in mente qualcosa da aggiungere"*

Capire la necessità di un tempo per la condivisione i dialoghi interiori

Lasciare spazio alle persone affinché diano voce ai dialoghi interiori se l'incontro è diventato monologico. Le persone non reggono a lungo dei periodi di ascolto in cui non possono partecipare.

Ascoltare le voci non dette

Nel sostare nel silenzio dando spazio alle emozioni del corpo e modulare il ritmo delle interazioni

Lasciare che le conflittualità emergano e si esprimano

Facilitare l'emergere di diversi punti di vista nel dialogo è possibile anche quando conflittuali invitando nell'ascolto a fare un salto riflessivo.

Chiedere dai partecipanti un feedback sull'incontro

Invita le persone a condividere anche con una parola come si sono sentite nell'incontro. Usa dei questionari per raccogliere il feedback.

Essere presenti

L'altro elemento chiave citato da Tom Arnkil e Jaakko Seikkula nel cercare gli elementi chiave "*core elements*" dell'approccio dialogico è l'essere presente nel qui ed ora.

I professionisti dei servizi per la loro formazione sentono la responsabilità di sostenere la persona grazie a delle metodologie a migliorare il benessere e la salute e la qualità della vita. La modalità con cui questo avviene prevede dei passi pre-codificati ad esempio legati alla diagnostica, alla metodologia basata sulle evidenze scientifiche che spesso portano l'operatore a intercettare della comunicazione ciò che permette di dare la risposta all'interno di una cornice pre-codificata rimanendo insensibili a ogni comunicazione che esula da questo sguardo. Quando siamo altrove siamo un passo in avanti alla comunicazione nel tentativo di orientare il dialogo nella direzione che vogliamo. Chi è di fronte non riesce ad ascoltarsi per capire meglio sé stesso e meno ancora attivarsi andando verso gli altri suoi significativi per affrontare insieme una situazione difficile. La modalità comunicativa della non presenza è spesso autoritaria chiusa a una coevoluzione. La non presenza crea frustrazione e non nutre il connettivo relazionale fra i presenti e quindi non attiva una nuova relazionalità nell'ascolto di sé e degli altri che spesso vedono i problemi fuori da loro stessi in una dinamica monologica. Le persone inoltre aderiscono più delle volte a delle valutazioni e piani di intervento nelle quali non si riconoscono mentre le loro difficoltà trovano un'altra espressione. Stare presenti nel qui ed ora è altrettanto difficile per chi cerca l'aiuto, vorrebbe una risposta competente di un esperto che sa e dice cosa fare. Nel tempo l'approccio dialogico proprio per la nuova ecologia relazionale ha cambiato molte traiettorie esistenziali dei minori che hanno potuto rimanere con la propria famiglia senza essere affidati ad esterni.

La formazione al dialogo aperto sviluppato dal gruppo inglese di Russell Razzaque e Mark Hopenbeck ha sperimentato come l'approccio mindfulness fosse decisivo soprattutto nel coinvolgimento dei professionisti della salute mentale nel facilitare il divenire presenti negli incontri nel poter sospendere l'istinto diagnostico, classificatorio.

L'introduzione della mindfulness nelle prassi operative ha costituito per molti professionisti un punto di svolta nel cogliere l'immediata ricaduta nella qualità relazionale e molti incontri prendono avvio quotidianamente nella condivisione di questa esperienza. La mindfulness apre a una dimensione di consapevolezza nell'annotare la comparsa di impulsi in noi nel mentre li percepiamo nel corpo e stando in questa dimensione non abbiamo bisogno di necessario espellerli o rivestirli in parola. L'attenzione è come ampliata ed è mantenuta sulla famiglia e la sua rete. Questa postura ampliata trova analogie con gli esercizi del respiro nella pratica mindfulness quando lasciamo che le nostre percezioni fra l'esterno e l'interno siano fluidi senza la necessità di reagire in risposta a ciò che emerge ma nel rimanere ancorati sul nostro respiro. Negli incontri dialogici avviene proprio così; l'attenzione sul respiro è sostituita da quella per le persone presenti.

Questa dimensione facilita la sintonizzazione su ciò che accade ora ad esempio nell'ancoraggio sulle parole appena dette nella loro interezza umana, emotiva e possiamo domandare ad esempio "come ti senti ora

dopo aver detto questo?” creiamo delle opportunità per l’apertura nell’ascolto senza forzare la situazione. Una delle difficoltà dell’approccio è di far comprendere ai partecipanti che il dialogo non può essere forzato, fabbricato così come non esiste un dialogo perfetto che si riconosce da criteri specifici. Il paradosso è sempre lo stesso, facilito il dialogo rinunciando ai determinismi. Isaacs descrive la dimensione della sospensione *suspending* come il cuore del processo dialogico nel porre attenzione alla situazione presente facendosi guidare da delle domande come sta andando? Cosa sta succedendo qui? Come si sentono le persone qui?

Ma loro vedono sé stessi nelle proprie esplorazioni, nelle contraddizioni? Invita a trattenere gli impulsi di consigliare, aggiustare, risolvere i problemi sottolineando piuttosto la necessità di avere delle buone domande più che di dare delle risposte.

Kai Alhanen nella descrizione dell’attuning vede l’orientamento emozionale nella selettività sensitiva come il modo di creare una connessione reciproca attivando una dinamica nelle reciproche personali impressioni dettagliando in modo approfondito la predominanza della comunicazione non verbale e di come i nostri ricordi, emozioni, percezioni, immaginazione, pensieri siano contenuti nell’essere incorporati nella postura, ritmo, espressione del volto, voce nel comunicare con gli altri. Sono dimensioni cruciali nel generare una reciproca comprensione in un co - attunement nel cogliere degli aspetti esperienziali dell’altro.

Kai definisce la presenza come questa dinamica che si muove fra cosa mi sta dicendo, cosa sento mentre me lo dice, cosa e come voglio procedere nella condivisione esperienziale.

Jaakko Seikkula nel dialogo aperto sottolinea l’importanza delle risposte a tutte le reazioni immediate nella situazionalità del presente e nel lasciare lo spazio alle emozioni di emergere. Le risposte sono spesso molto semplici nell’aver cura che l’altro sente che è stato sentito; un cenno con la testa, sguardo, l’interesse autentico. Nel sentirsi ascoltati le persone trovano la propria voce e incominciano a rispondere a sé stessi.

Le risposte possono consistere inoltre all’apertura di nuovi punti di vista a ciò che è stato detto.

Le idee di Fuchs della "risonanza" intersoggettiva, così come la teoria di "affetto" di Stern, la "sintonizzazione" e le idee di Trevarthen sulla "sincronia di tipo jazz" tra i bambini e i loro caregiver hanno affascinato sia Tom Erik Arnkil che Jaakko Seikkula, così come gli studi di E. Fivaz- Depeursinge sulle capacità triangolari dei bambini nell’aver un’attenzione condivisa con due partner (madi e padri) simultaneamente,

INDICATORI

Non avere un’agenda prefissato
Rispettare l’altro fa rispettare anche sé stessi nel dialogo interiore
Aumentare la tolleranza all’incertezza
Ascolta il non detto
Chiedi un feedback ai partecipanti
Non interpretare ciò che viene condiviso
Evitando le interpretazioni (“ ti sentivi arrabbiata perché..., “penso che quello che voleva veramente dire..”) e lasciando spazio all’ascolto delle parole ripetendole permette all’altro di comprendere meglio cosa sta dicendo con il proprio linguaggio, questo permette di annodare i dettagli delle esperienze vissute alle emozioni. La condivisione in modo personale delle proprie riflessioni apre all’ascolto profondo nel dialogo in cui l’altro si sente ascoltata
Invitare l’altro formatore o il gruppo a un dialogo in cui esplicitare in modo riflessivo il dialogo interiore
Riporta le persone sulla situazionalità del momento e a riconoscere il proprio dialogo interiore attivando quello esterno.
Liberarsi dalle abituali modalità di rispondere stando nella viva freschezza dell’incontro

Adotta un atteggiamento di curiosità di come si sta formando il tuo pensiero e condividilo con gli altri mentre ti sta accadendo

Acquisire una consapevolezza ecologica del pensiero

Nel dialogo non si tratta di un processo di trasformazione individuale, ma di facilitare l'esperienza dello stare presenti per sentire come il mondo è in noi e noi nel mondo: un io in noi e un noi in io, nell'interrogarsi nel qui ed ora della proprio responsabilità

Imparare a sospendere liberandosi dalla tirannia della tradizione che rende ciechi

Aiuta a creare nuove forme di interazione in cui emerge una nuova sensibilità e consapevolezza relazionale

Immaginazione

Nelle esperienze dialogiche l'immaginazione è presente in diversi modi nelle attivazioni. Molte formazioni si avvalgono delle attivazioni in cui si alternano tre posizioni: di chi narra della propria preoccupazione, di chi ascolta e di chi osserva. Chi narra ascoltando successivamente il confronto fra l'osservatore e chi ha ascoltato scopre che i loro punti di vista vanno oltre a ciò che potesse aver immaginato testimoniando in questo modo l'unicità di ciascuno. Le osservazioni condivise diventano inoltre parte di una nuova narrazione creando una tensione positiva grazie alle differenze. L'attivazione dell'immaginazione nei dialoghi anticipatori permette in modo giocoso ma serio di spostare i partecipanti in un futuro sereno in cui le questioni preoccupanti hanno trovato una traiettoria positiva. Nello spostamento diviene possibile aggirare le preoccupazioni del presente che altrimenti bloccherebbe la creatività nella ricostruzione delle azioni a ritroso, proprio quelle che narrano delle opportunità di un possibile nel presente. L'immaginazione dialogica per Bakhtin emerge nella unicità spazio temporale dell'incontro in cui ciascuno contribuisce con i propri ricordi, la propria capacità di immaginare e interpretare essendo sempre di più che mai possiamo cogliere. L'opera dell'immaginazione permette in particolare la "produzione di località.

Scrivendo l'antropologo indiano: «tutte le società hanno dimostrato di potere allo stesso tempo trascendere e ridisegnare la vita sociale reale facendo ricorso a mitologie di diverso tipo in cui quella vita viene deformata in modo immaginativo. L'immaginazione comprende quindi quel complesso di attività, tanto intellettuali quanto pratiche, che costantemente sono messe in opera per ricondurre non solo a ordine e coerenza ma anche a una progettualità costruita e condivisa collettivamente, «la potenziale evanescenza della vita sociale ordinaria» e delle sue norme. Questa evanescenza, come si è detto, non costituisce un'anomalia rispetto a un ipotetico e naturale carattere strutturato della vita sociale. Essa, senza l'opera dell'immaginazione, tenderebbe a evaporare, esaurendosi in un caos di flussi senza significato, valore e direzione.

INDICATORI

Dedicati alla letteratura, arte, musica, cinema

Non possiamo immaginare l'altro senza coltivare la moltitudine degli sguardi attraverso la ricchezza delle parole e dei linguaggi della letteratura grazie agli scrittori, poeti e gli artisti. Non è un caso che J.Seikkula e T.E Arnkil avessero trovato Bakhtin che ci ha guidato nei romanzi di Dostoevskij a comprendere i caratteri polifonici dei protagonisti. Diventa un imperativo immergersi nella letteratura e musica del tempo così come nel cinema per coltivare ed estendere continuamente uno spazio semiotico dell'incontro in cui dialogare grazie a queste differenze.

Prendi cura degli spazi transitivi che nutrono il desiderio

L'immaginazione è coltivata anche nella capacità di desiderare (Appadurai) quando assicuriamo che le nostre azioni diventano realtà fra l'immaginazione è la concretezza della vita quotidiana. Dobbiamo avere cura del desiderio attraverso allestimento di spazi transizionali (Winnicott) come quelli dialogici in

cui ancora distinguere fra sogni e auspici della sensatezza e gli incubi distruttivi; spazi in cui possiamo immaginare lo straordinario evitando di scivolare nella distruttività.(Stiegler)

Interdisciplinarietà

Per immaginare dobbiamo nutrire in modo consapevole il dialogo fra tutte le scienze in primis quelli umanistiche.

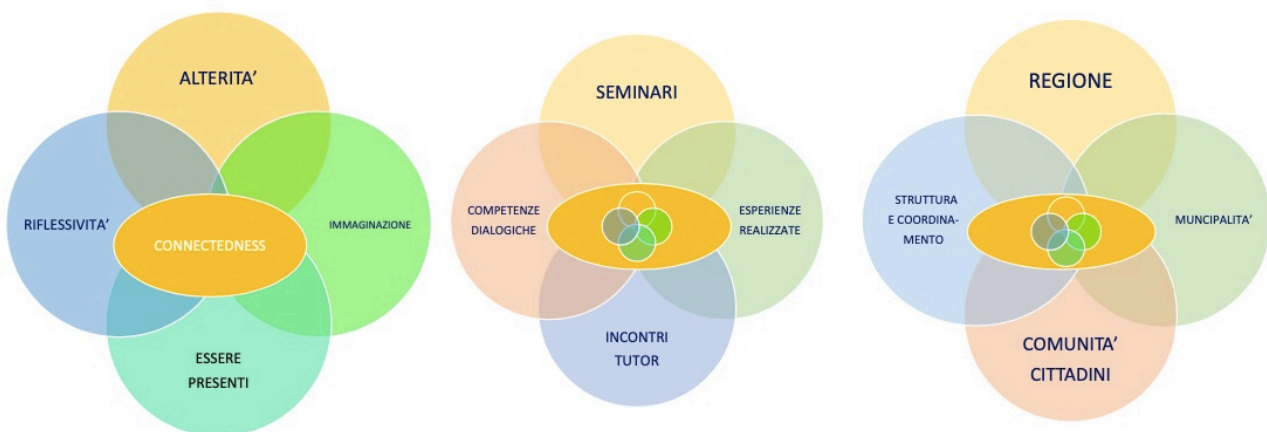
Affective turn

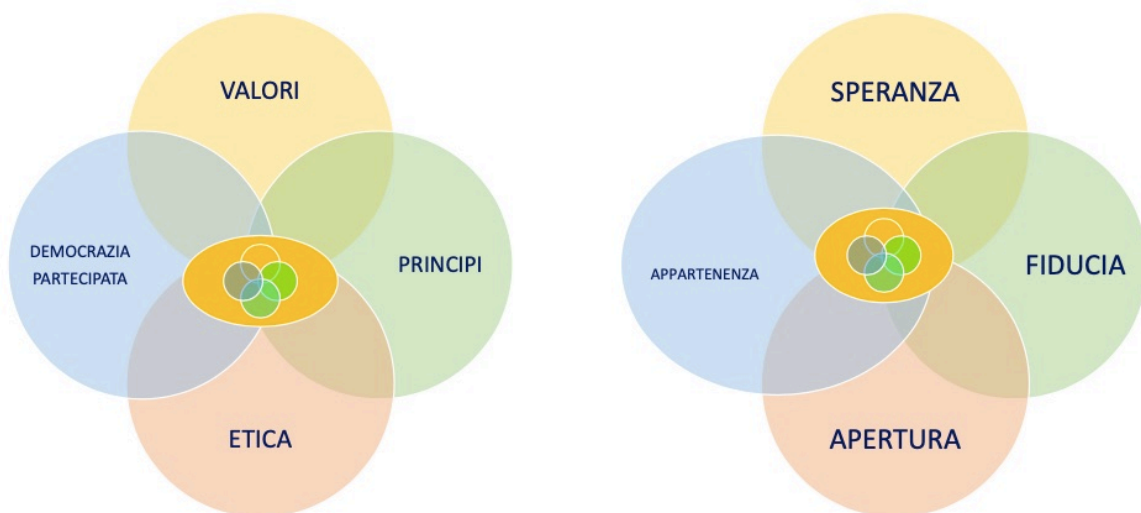
J.Seikkula descrive l'affettività come dialogica nell'attivare la socialità grazie al lasciarsi trasformare nella relazionalità con gli altri. L'affettività in questo contesto va distinta dal sentimentalismo anaffettivo, sono le emozioni non conscie e non espresse che spesso costruiscono dei legami potenti fra le persone.

Algoritmi

Gli algoritmi utilizzati in vari ambiti del web eliminando le interruzioni come fonti di incertezza e influenza il dialogo che invece le preserva per poter socializzare i contenuti e darne un senso collettivo.

INTERDIPENDENZA CON IL CONTESTO





La “*connectedness*” è inclusa in ogni esperienza dialogica con le quattro dimensioni; la riflessività, il rispetto incondizionato dell’alterità, l’essere presenti e l’immaginazione e ha permesso di accrescere le competenze dialogiche nel tutoraggio degli operatori sia nei contesti locali che nei seminari con i finlandesi così come nelle esperienze realizzate al livello locale.

La Regione e le municipalità perseguono ora la finalità di una crescente capillarità dell’esperienza nel connettere le esperienze dei cittadini così come le altre progettualità come i community lab, il dialogo aperto, il progetto Pippi e i Family Group Conferences affinché si rinforzi in questa interdipendenza la funzione del coordinamento. I valori, i principi, la responsabilità etica che la democrazia partecipata esprime vivono nella nuova appartenenza che coltiva la speranza, la fiducia e l’apertura all’altro.

BIBLIOGRAFIA

Alhanen, K. (2019) Dialogue in democracy – Helsinki

Alhanen, K. (2018) John Dewey’s Ecology of experience - Helsinki

Appadurai, A. (2013) Il futuro come fatto culturale - saggi sulla condizione globale- Raffaello Cortina Milano

Arnkil, T.E. (2013) Metodi dialogici nel lavoro di rete. Per la psicoterapia di gruppo, il servizio sociale e la didattica – Centro Sudi Erickson- Trento

Arnkil, T.E. Seikkula, J. (2009) Dialoginen verkosto tyo - THL Finland

Arnkil, T.E. Seikkula, J. (2014) “Nehan kuunteli meita”- dialogeja monissa suhteissa – Thl Finland

Bohm, D. (2004) On Dialogue, Routledge classics, New York, USA

Esposito, R. (2020) Immunitas - protezione e negazione della vita, Einaudi Torino

Isaacs, W. (1999) Dialogue and the art of thinking together, Currency book, New York

Linell, P. (2009) Rethinking language, mind and world dialogically IAP USA

Markova, I. (2016) The dialogical mind – Common sense and ethics, Cambridge University press UK

Perticari, P. (2012) Alla prova dell’inatteso Scuola e crisi educativa: dalla malaripetizione agli insegnamenti profondi Armando editore - Roma

Razaque, R. (2019) Dialogical Psychiatry – A handbook for the teaching & practice of open dialogue- omni house UK

